



やなぎ

平成26年1月27日(第4月曜日)

1回
寿司屋が教える簡単な魚の捌き方と料理法

鯆づくしの料理

①

先
付



豆鯆と天蕪の南蛮漬け
(豆鯆・天蕪・三杯土佐酢)

②

前
菜



真鯆のロール巻き(アンチョビソース)
(真鯆・長葱・アンチョビ)

③

刺
身



真鯆の塩麴漬け(大根・人参添え)
(真鯆・大根・人参)

④

煮
物



真鯆と牡蠣・浅利の炒め煮
(真鯆・牡蠣・浅利・パプリカ・鷹の爪・パセリ)

⑤

焼
物



鯆団子と酒粕のコーンスープ
(鯆・酒粕・コーンスープ・玉葱・人参・蓮根・絹さや)

⑥

飯
物



真鯆の昆布〆棒寿司
(真鯆・昆布・がり・米)

⑦

デ
ザ
ー
ト



カスタードケーキ

